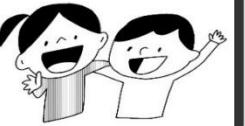




令和7年11月6日  
佐倉市立下志津小学校  
保健室  
★おうちの方と読みましょう

～11月の保健目標～

姿勢を正しくしよう



## 11月の予定

- 10日（月）歯科授業（1-1）
- 26日（水）歯科検診 2校時（5年生）  
歯科授業 3校時（5-1）4校時（5-2）



### 保護者の方へ

#### ～生活習慣アンケートのお願い～

5日（水）にアンケートのご案内文書を配付いたしました。

ご多用のところ恐縮ですが、ご協力のほどよろしくお願ひいたします。（**11月21日（金）まで**）

【URL】 <https://forms.office.com/r/FYkYUR6sQQ>

【QRコード】



左のformsより、お子様と一緒にご回答ください。



5日（水）に保健委員が「手洗いチェッカー」を使用し、普段の手洗いの仕方を見直す良い機会となりました。（汚れに反応すると光ります）  
市内では10月中旬頃からインフルエンザが流行し、学級閉鎖を行う学校も複数出ています。  
感染症予防の基本の1つは、やはり「手洗い」です。今後は全校児童でも手洗いチェッカーを使用し、正しい手洗いの習慣を身につけていきたいと思います。



水だけで洗った手

普段通りに石けんをつけて洗った手



手首の汚れが落としきれてないのがわかります！



つめ、手首までしっかり洗おう！



手洗いのポイントは？

…保健室前の掲示物にヒントが！探してみてね♪

## いい姿勢

いい姿勢だと、呼吸しやすくなっています。そのため集中力や記憶力も上がり、勉強がはかどります。授業中や勉強中も姿勢を意識しましょう。

